

الضغوط النفسية وعلاقتها بالأداء المهني لدى الزوجات العاملات

**Psychological stress and its relationship to professional
performance among working wives**

اعداد

د. محمد مصطفى حلمى مصطفى

مدرس خدمة الفرد بالمعهد العالى للخدمة الاجتماعية بالشرقية

الملخص :

هدفت الدراسة إلى التعرف على مستوى الضغوط النفسية التي تواجه الزوجات العاملات ، والتعرف على مستوى جودة الأداء المهني لدى الزوجات العاملات ، والتعرف على العلاقة بين مستوى الضغوط النفسية والأداء المهني لدى الزوجات العاملات ، واستخدمت الدراسة مفاهيم (الضغوط النفسية ، الأداء المهني ، الزوجة العاملة) ، وطبقت الدراسة على عينة قوامها (١٤٦) من الزوجات العاملات في الجمعيات بإدارة التضامن الاجتماعي بمركز فاقوس بمحافظة الشرقية ، وتوصلت نتائج الدراسة إلى وجود ضغوط نفسية لدى الزوجات العاملات تتمثل في الضغوط الأسرية والمهنية والاقتصادية ، وأشارت النتائج أيضاً إلى أن مستوى الاداء المهني لدى الزوجات العاملات ضعيفاً ، وأكدت أيضاً أن طبيعة العلاقة بين المتغيرين طردية .

الكلمات المفتاحية : الضغوط النفسية ، الأداء المهني ، الزوجة العاملة

Abstract:

The study aimed to identify the level of psychological pressures facing working wives, to identify the level of quality of professional performance among working wives, and to identify the relationship between the level of psychological pressures and professional performance among working wives. The study used the concepts of (psychological pressures, professional performance, working wife). The study was applied to a sample of (146) working wives in the associations of the Social Solidarity Administration in Faqus Center in Sharqia Governorate. The results of the study showed that there were psychological pressures among working wives, represented by family, professional and economic pressures. The results also indicated that the level of professional performance among working wives was weak, and also confirmed that the nature of the relationship between the two variables was direct.

Keywords: psychological stress, job performance, working wife

أولاً : مشكلة الدراسة :

يواجه الإنسان في حياته كثيراً من المواقف التي تتضمن خبرات غير مرغوب فيها، أو مهددة له حيث تواجه رفاهيته وتكامله الخطر نتيجة لذلك، فقد أصبحت الضغوط النفسية سمة للحياة المعاصرة، وتجربة يعيشها الفرد يومياً نتيجة للتغيرات والتبدلات السريعة والتعقيدات السريعة والمتعددة، وقد أدى هذا الازدياد في الضغوط إلى أن أطلق بعض الباحثين على هذا العصر اسم عصر الضغوط النفسية ، وقد أشار (الجندي ومكاري،

٢٠٠٧) إلى أن الضغوط ظاهرة من ظواهر الحياة الإنسانية، يختبرها الإنسان في أوقات مختلفة، وتتطلب منه توافقاً أو إعادة توافق مع البيئة المحيطة، ومن ثم فنحن لا نستطيع الهروب منها، لأن ذلك يعني أن هناك نقصاً في نشاط الفرد وقصوراً في كفايته، فلا حياة من دون ضغوط.

ولما كانت الضغوط النفسية ظاهرة حتمية الوجود في حياة الإنسان عامة، لاسيما في الأوقات الزاهنة، ولدى اليافعين خاصةً كونهم إحدى شرائح المجتمع الذين يواجهون يومياً كثيراً من الضغوط المتمثلة في ضغوط أكاديمية، وأسرية، واجتماعية، وشخصية، إضافة إلى ما تفرضه طبيعة المرحلة العمرية من مطالب وتحديات عليهم، تجعلهم أكثر عرضة للضغوط النفسية . (كامل ، على ، ٢٠١٤، ٤٥)

ولذلك فإن الضغوط النفسية تولد نتيجة إخفاق الفرد في التكيف مع المطالب المفروضة عليه في معظم الأحيان، وهذا يجعله أكثر عرضة للإصابة بالمشكلات النفسية والجسمية والمعرفية، مع الإشارة إلى أنه ليس ضرورة أن تكون جميع الآثار المحتملة للضغوط سلبية، بل يمكن أن تكون إيجابية حيث تدفع الفرد إلى تحقيق ذاته، وإلى السرعة في الإنجاز والأداء، وهذا الازدياد بموضوع الضغوط النفسية دفع الباحثين إلى زيادة الاهتمام بدراساتها، ومحاولة معرفة مصادر التنبؤ بها، واستراتيجيات التعامل معها، وذلك استناداً إلى عدد من السمات الشخصية، التي يتحلى بها الفرد، والتي يمكن أن تساهم في تحديد طرائق تواصله مع البيئة المحيطة على نحو كبير (عبيد، ماجدة، ٢٠٠٨، ٤٣).

والضغوط النفسية هي استجابة الجسم والمشاعر لأي تغيير أو متطلبات استثنائية تتطلب منه التكيف أو الاستجابة، وقد تكون مفيدة كدافع أو ضارة إذا استمرت لفترة طويلة، مسببة أعراضاً جسدية كالصداع أو آلام العضلات، وأعراضاً نفسية كالحزن أو القلق، أو اضطرابات سلوكية مثل الانعزال الاجتماعي. يمكن مواجهة الضغوط بتغيير السلوكيات

المرهقة، ممارسة الأنشطة البدنية، التواصل مع الآخرين، وتناول طعام صحي، وقد تتطلب الحاجة إلى مساعدة مهنية متخصصة. (غانم ، محمد ، ٢٠١١، ٥٦)

وتعتبر الضغوط النفسية إحدى الظواهر في حياة الإنسان تظهر في مواقف الحياة المختلفة، حيث أصبحت جزء من الحياة اليومية، مما يحتم علينا التعرف على أسبابها وكيفية إدارتها والتخفيف من حدتها. وتشير الإحصاءات العالمية إن (٨٠%) من الأمراض الحديثة سببها الضغوط النفسية وإن (٥٠%) من مشكلات المرضى المراجعين للأطباء والمستشفيات ناتجة عن الضغوط النفسية.

وتمثل الضغوط التي يتعرض لها الإنسان في العصر الحديث ظاهرة جديرة بالاهتمام لما لها من تأثير على كثير من جوانب حياة الفرد والمجتمع، وقد حظيت الضغوط الناتجة عن الإصابة بالإعاقة باهتمام العديد من الباحثين لأنه غالباً ما تمتد الإعاقة إلى أبعد من إصابة الفرد لتشمل أفراد الأسرة والأقارب. (اسماعيل ، على ، ٢٠٢٠، ٢٣)

وتشير سميرة (٢٠١٣) إلى أن مصادر الضغوط بمفردها لا تشكل ضغطاً بحد ذاتها، فصدور استجابة من شخص معين لمواجهة هذه الضغوط هو الذي يجعلنا نقرر إذا كان هذا الشخص يعاني من الضغط أم لا، فهي عبارة عن مثير له إمكانية محتملة في أن يولد استجابة المواجهة أو الهرب، ومما تجدر الإشارة إليه أن الإنسان عادة ما يتعرض في حياته اليومية لأنواع عديدة من مصادر الضغوط، فالبعض منها بيولوجي ، والآخر نفسي وبعضها فلسفي واجتماعي، بصرف النظر عن نوع مصادر الضغوط وطبيعتها فإن جسم الإنسان يستجيب لها بنفس الأسلوب.

وتشير الدراسات الحديثة إلى أن الزوجات العاملات يتعرضن لضغوط عمل تتراوح بين الجسدية والنفسية والاجتماعية بسبب تداخل المسؤوليات الأسرية والمهنية ، وتتضمن الآثار السلبية لهذه الضغوط انخفاض الأداء المهني ، وزيادة عدم الرضا، والصراعات الشخصية والعائلية، بالإضافة إلى الآثار النفسية كالإنهاك والإجهاد الجسدي. وتُظهر

بعض الدراسات وجود علاقة عكسية بين ساعات العمل الطويلة للمرأة العاملة واستقرارها الزوجي.

وكشفت دراسة (عبد الرازق، فاطمة ، ٢٠٠٧) والتي هدفت إلى الكشف عن مصادر الضغوط لدى المرأة العاملة في المجال الأكاديمي والإداري، ومعرفة أساليب مواجهة الضغوط ، ومعرفة العلاقة بين ضغوط الحياة والتوافق المهني ، ومعرفة الفروق بناءً على المتغيرات الديموغرافية مثل السن، عدد الأبناء، مدة الخدمة، مدة الزواج. وتوصلت نتائج الدراسة إلى وجود علاقة ذات دلالة بين ضغوط الحياة والتوافق المهني.

حيث أكدت دراسة (Reddy, N. K., 2010) والتي هدفت إلى دراسة تجربة التوازن بين العمل والحياة لدى الموظفات المتزوجات ومدى تأثيره على الأداء والضغوط ، وتوصلت نتائج الدراسة أن صراع العمل-الأسرة يؤثر سلباً على الرفاه النفسي ويضعف الأداء المهني.

وأكدت دراسة (SciPub, 2010) والتي هدفت إلى دراسة العلاقة بين الضغوط الوظيفية والصعوبات الأسرية لدى النساء العاملات وتأثيرها على الأداء ، وتوصلت نتائج الدراسة إلى وجود علاقة بين الضغوط ومشكلات الأسرة تؤدي إلى ضعف الأداء؛ التوصية بتدخلات داعمة.

وأشارت دراسة (سعدو، سامية عبد الله، ٢٠١٥) والتي هدفت إلى قياس مدى الضغط المهني الذي تواجهه المرأة العاملة ، وتحديد دور المساندة الاجتماعية في التخفيف من الضغوط المهنية ، واقتراح آليات دعم اجتماعي لتحسين الأداء والتكيف النفسي ، وتوصلت نتائج الدراسة إلى أن المساندة الاجتماعية تلعب دوراً هاماً في التخفيف من الضغوط المهنية لدى المرأة العاملة.

وأكدت دراسة (الشرقاوي، فتحي، ٢٠١٦) والتي هدفت إلى التعرف على مستويات الضغوط المهنية بين النساء العاملات في مهن مختلفة ، وتحديد العوامل النفسية المؤثرة في معدلات الأداء المهني للمرأة العاملة ، والكشف عن العلاقة بين الضغوط المهنية والتوافق النفسي والمهنية ، واقتراح استراتيجيات للتخفيف من الضغوط وتحسين الأداء المهني ، وتوصلت نتائج الدراسة إلى وجود علاقة معنوية بين الضغوط المهنية والتوافق النفسي والمهني ، وبعض المتغيرات مثل تأخر سن الزواج، تربية الأطفال، دعم الزوج أثرت على الأداء المهني.

كما أشارت دراسة (Sinha, S., 2017) والتي هدفت إلى تحليل أثر تعدد الأدوار وصراع العمل والأسرة على الرفاه النفسي للنساء العاملات وعلاقته بالأداء ، وأظهرت النتائج أن زيادة الضغوط وتعدد الأدوار تقلل من الأداء المهني .

وأكدت أيضاً دراسة (نعامة،سليم،٢٠١٨) إلى معرفة الفروق بين أفراد عينة البحث على مقياس مصادر الضغوط المهنية ومقياس الأداء المهني استناداً إلى مجموعة من المتغيرات (عدد سنوات الخبرة، المؤهل التعليمي). وتكونت عينة الدراسة من (١٢٠) عاملاً وعاملة ، وتمثل هذه العينة ما نسبته (٣٠%) من مجتمع البحث الأصلي. واعتمدت الدراسة على أداتي مقياس الضغوط المهنية، ومقياس الأداء المهني وتوصلت نتائج الدراسة إلى أن أكثر مصادر الضغوط شيوعاً هو الضغوط النفسية ، كما توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين مصادر الضغوط المهنية والأداء المهني تبعاً لمتغيرات البحث وسنوات الخبرة.

وأشارت دراسة (الصياد، إيناس أحمد،٢٠١٨) والتي هدفت استكشاف أسباب الضغوط اليومية التي تواجه المرأة العاملة بجامعة كفر الشيخ ، ومعرفة تأثير هذه الضغوط على قدرتها على التكيف مع الحياة اليومية ، واقتراح أساليب للتخفيف من ضغوط الحياة اليومية وتحسين التوازن بين العمل والحياة ، وتوصلت نتائج الدراسة إلى أن العوامل مثل طول

ساعات العمل، التنقل من محافظة لأخرى، مهام العمل الإضافية، الأعباء الأسرية تزيد الضغوط ، وهذه الضغوط تسبب تدهورًا في الأداء المهني أو الشعور بعدم القدرة على أداء المهام المنزلية والمهنية معًا.

وأكدت دراسة (ResearchGate, 2018) والتي هدفت إلى تحليل تأثير صراع العمل-العائلة على الأداء والتطوير المهني لدى الموظفات المتزوجات وتوصلت نتائج الدراسة إلى الصراع له تأثير سلبي مباشر على الأداء والتطوير؛ الحاجة إلى سياسات داعمة.

وهدف دراسة (Saulat, A., 2019) إلى استكشاف مشكلات التوازن بين العمل والحياة لدى الزوجات العاملات وعلاقته بالضغوط والأداء ، وتوصلت نتائج الدراسة إلى أن هناك ضغوط مرتفعة مرتبطة بأداء مهني أقل.

وأكدت دراسة (IUJHarkhand Journal, 2020) والتي هدفت إلى قياس ضغوط العمل لدى الزوجات العاملات وتحديد أثرها على الأداء والرضا المهني وتوصلت نتائج الدراسة إلى وجود علاقة سلبية بين الضغوط والأداء؛ أحيانًا غير معنوية إحصائيًا حسب العوامل الفردية.

وأكدت دراسة (الكفراوي، سالي، ٢٠٢٠) والتي هدفت إلى دراسة الضغوط المهنية التي تتعرض لها المرأة العاملة ، ومعرفة العلاقة بين الضغوط المهنية والتوافق النفسي ، ودراسة العوامل النفسية المؤثرة في الأداء المهني ضمن إطار التوافق ، وتوصلت نتائج الدراسة إلى أن الضغوط المهنية تؤثر سلبًا على التوافق النفسي، مما قد ينعكس على الأداء المهني.

وأشارت دراسة (Muis, M., Yusuf, M., & Nurhayati, N., 2021) والتي هدفت إلى تحليل تأثير تعارض الأدوار المتعددة وضغوط العمل على الأداء المهني ، وتوصلت نتائج الدراسة إلى تعارض الأدوار وضغوط العمل يقللان الأداء؛ الدعم الأسري والسياسات المرنة تحد من التأثير.

بينما أكدت دراسة (حسونة، عزة سيد 2021) وهدفت الدراسة إلى التعرف على طبيعة الأداء المهني لمعلمّات المرحلة الثانوية ، وتحديد أسباب الضغوط الوظيفية لدى المعلمات ومصادرها ، ومعرفة تأثير تلك الضغوط على أدائهن المهني ، وتقديم مقترحات للتخفيف من الضغوط ، وتوصلت نتائج الدراسة إلى أن أهم أسباب الضغوط: بيئة العمل، قلة الدخل، كثافة الفصول، غموض وصراع الدور ، وأن الضغوط تؤثر سلبيًا على الأداء المهني: تراجع في الأداء، الغياب المتكرر، الإرهاق والتعب والآلام الجسدية.

وهدفت الدراسة إلى (خليل، ناهد، ٢٠٢١) إلى تحديد مستوى الضغوط الوظيفية لدى المرأة العاملة ، والتعرف كيف تؤثر الضغوط الوظيفية على أداء المرأة في العمل من حيث الصحة التي تؤثر على الأداء ، وتوصلت نتائج الدراسة إلى أن الضغوط الوظيفية العالية مرتبطة بنسبة أعلى من الأمراض العضوية ، وهذه الحالة تؤثر بدورها على الأداء المهني، خاصة في الحضور، التركيز، الإنجاز العملي.

وأشارت دراسة (عمار، هبة، ٢٠٢٤) والتي هدفت قياس مستوى الضغوط الحياتية الاجتماعية التي تواجهها المرأة العاملة ، ومعرفة العلاقة بينها وبين جودة الحياة الزوجية من منظور نموذج الحياة، وتوصلت نتائج الدراسة إلى أن هناك علاقة سلبية معنوية : ضغوط حياة اجتماعية مرتفعة مع جودة حياة زوجية أقل ، وبعض الخصائص مثل عدد الأبناء، المستوى التعليمي تؤثر على العلاقة بين الضغوط وجودة الحياة الزوجية.

كما هدفت دراسة (Khan, F., 2024) إلى فحص العلاقة بين التوازن عمل-حياة، الضغوط، والأداء لدى الموظفات المتزوجات بمؤسسات أكاديمية خاصة ، وتوصلت نتائج الدراسة إلى التوازن الجيد يقلل الضغوط ويحسن الأداء؛ بينما الضغوط المرتفعة تقلل الأداء الوظيفي.

وأشارت أيضاً دراسة (Ari, H. O., 2025) والتي هدفت إلى قياس العلاقة بين ضغوط العمل والأداء المهني لدى الموظفين، مع تحليل فرعي للنساء المتزوجات وتوصلت نتائج الدراسة إلى وجود علاقة سلبية ضعيفة لكنها معنوية إحصائياً بين ارتفاع الضغوط وانخفاض الأداء.

وأشارت دراسة (Chandrasekaran, S., 2025) والتي تهدف إلى مقارنة مستويات الضغوط وتأثيرها على الأداء بين النساء العاملات بالقطاعات العام والخاص ، وتوصلت نتائج الدراسة إلى أن الزوجة العاملة في القطاع العام واجهن ضغوطاً أعلى وأداء أقل نسبياً مقارنة بالقطاع الخاص.

ويتضح من العرض السابق أن الزوجة العاملة تتعرض إلى مجموعة من الضغوط النفسية المختلفة مثل تأخر مواعيد العمل، قلة الاجور، عدم ترقى المرأة ، سوء بيئة العمل ، قوانين العمل التي تفرق بين المرأة والرجل " الفروق الفردية"، والتي تضع أبنائها وأسرته في الحسبان ، والضغوط النفسية والتي تتمثل في سيكولوجية المرأة ككائن والتكوين الفسيولوجي لها وشعورها الدائم بالتقصير تجاه أبنائها مما يعرضها لمشكلات نفسية متعددة والتي تؤثر تبك المشكلات على أدوار المرأة ومعدلات الأداء المهني ، واحيانا نجد عدم مشاركة وتدعيم الرجل للمرأة قد يؤثر علي معدل أدائها في العمل، وقد يمثل العمل بالنسبة للمرأة ازدواجاً في دورها في العمل، واحيانا لا يتوفر في العمل الذي تعمل به المرأة مكان لرعاية الأطفال أثناء العمل، كل ذلك قد يؤثر على الأداء المهني للزوجة العاملة .

وبناء على ما سبق تتحدد مشكلة الدراسة في تساؤل مؤداه :

" ما العلاقة بين الضغوط النفسية والأداء المهني لدى الزوجات العاملات ؟ "

ثانياً : أهمية الدراسة :

- ١- تتبثق أهمية الدراسة من الآثار السلبية التي تحدث في الوقت الحالي بسبب الضغوط النفسية وما يترتب عليه من ضعف الأداء المهني لدى الزوجات العاملات .
- ٢- تأتي أهمية الدراسة في تناول دراسة العلاقة بين متغيرين احدهما متغير سلبي وهو الضغوط النفسية والآخر متغير ايجابي وهو الاداء المهني لدى الزوجات العاملات .
- ٣- تساعد نتائج هذه الدراسة في توفير برامج توعية للزوجات العاملات لمواجهة الضغوط النفسية في المجتمع المصري .

ثالثاً : أهداف الدراسة :

- ١- التعرف على مستوى الضغوط النفسية التي تواجه الزوجات العاملات.
- ٢- التعرف على مستوى جودة الأداء المهني لدى الزوجات العاملات.
- ٣- التعرف على العلاقة بين مستوى الضغوط النفسية والأداء المهني لدى الزوجات العاملات .

رابعاً : مفاهيم الدراسة وإطارها النظري :

١- مفهوم الضغوط النفسية :

الضغوط النفسية هي استجابة الفرد لحالة من التوتر والضغط العقلي تتجم عن مواقف أو متطلبات تفوق قدراته على التحمل والمواجهة، سواء كانت أحداثاً خارجية مثل زيادة العمل أو مشاكل شخصية، أو عوامل داخلية. تتسم هذه الحالة بتأثيرات جسدية وعاطفية ومعرفية وسلوكية، وقد تكون سلبية أو إيجابية. (اسماعيل ، على ، ٢٠٢٠، ٢١)

أ- مسببات الضغوط النفسية :-

وتتمثل تلك المسببات فى الآتى : (الحداد، عماد، ٢٠١١، ١٢٣)

(١) مسببات الضغوط الداخلية :-

الأعضاء الحيوية :- فقد ترجع تلك المسببات الى طبيعة الجينات الوراثية عند بعض الأفراد مثل هذه الأمراض تؤدي الى اختلال التوازن ، واستنفاد الطاقة والقوة وتزيد أيضا من صعوبة العمل على المستوى المرغوب به ، فعندما نكون مرضى نحاول أجسامنا أن تستعيد توازنها ويحدث المرض بسبب ضرر أو أذى بالجسم، فلا تبقى لها ما يكفي من الطاقة لأداء مهام ملقاة عليها .

(٢) مسببات الضغوط الخارجية :-

- علاقات زوجية
- التربية والأطفال
- حالات الوفاة
- حالات الطلاق
- ضغوط الدراسة
- مشكلات قانونية

(٣) مسببات خارجية بيئية وتقسّم الى:-

- الضوضاء الشديدة
- درجة الحرارة
- الازدحام

- نقص الاضاءة والإفراط فيها

(٤) مسببات خارجية وظيفية وتقسّم الى :-

- أعباء العمل الأكبر من المعتاد
- تغيير واجبات وظيفية
- نقص الدعم من المدير

- تغيير المهنة ونقص التدريب والمعلومات

- نقص الراتب والخيارات المهنية الأخرى .

* الآثار التي تترتب على الضغوط النفسية:-

تشير الدراسات النفسية والطبية المختلفة ، الى أن للضغوط النفسية آثارا فسيولوجية

وأخرى نفسية يمكن توضيحها فيما يأتي : (الغريز ، أحمد ، ٢٠١٣، ١٥٦)

١. الآثار الفسيولوجية :

وتتمثل الآثار الفسيولوجية المرتبطة بالضغوط فى اضطرابات الجهاز الهضمي ، والإسهال ، والإمساك المزمن ، واضطرابات الجهاز التنفسي ، وارتفاع ضغط الدم ، والصداع ، وانتشار الأمراض الجلدية، وتضخم الغدة الدرقية ، والبول السكري والتشنج العضلي ، والتهاب المفاصل الروماتيزمي ، واضطرابات الغذاء كفقدان الشهية ، أو الشره

والبدانة والميل للتقيؤ والغثيان ، والنوبات القلبية ، وقرحة المعدة وارتفاع نسبة الكولسترول .

٢. الآثار النفسية:

تكاد تجمع نتائج البحوث النفسية على أن للضغوط آثارا نفسية تتمثل في اضطراب أدراك الفرد، وعدم وضوح مفهوم الذات لديه، كما أن ذاكرته تضعف وتصاب بالنتشت ، ويصبح أكثر قابلية للمرض النفسي والعقلي والجسمي ، كما أن تكرار الضغوط الشديدة يؤدي بالفرد الى الغضب والخوف والحزن والشعور بالاكئاب، وكذلك الشعور بالخجل والغيرة.

فالضغوط النفسية يمكن أن تؤدي الى اضطراب النمو ، وعدم الثقة في النفس وتزيد من نتشت الانتباه. وبشكل عام ترتبط الضغوط باضطراب الأداء وضعفه وتشوش السمع والحركات الزائدة ، وكرهية الذات ، وضعف الأنا ، وتصدع الهوية ، والميل للاغتراب وكثرة الشكوى من المرض ، والرغبة في النعاس .

ب- مفهوم الأداء المهني :

يعرف الاداء المهني على انه الممارسات المهنية التي يقوم بها الاخصائي الاجتماعي خلال عمله في مجالات الممارسة المتنوعة للخدمة الاجتماعية ؛ وذلك في إطار الحقوق الاجتماعية للإنسان ؛ بما يمكنه من القيام بدوره مع كل من العميل وأسرته والمؤسسات الأخرى بالمجتمع بالإضافة إلى فريق العمل بالمؤسسة (عبد المقصود ، خليل، ٢٠٠٩، ١٦٩)

كما يعرف الأداء المهني بأنه مقياس لمدى كفاءة وفعالية الموظف في أداء واجباته ومسؤولياته الوظيفية، وهو ما يعكس قدرته على إنجاز الأعمال وتحقيق أهداف المؤسسة. يُعرّف الأداء بأنه الكيفية التي يحقق بها الفرد متطلبات وظيفته، ويركز على النتائج التي تم تحقيقها وليس فقط على الجهد المبذول .

يعرف الأداء المهني بأنه القيام بأعباء الوظيفة التي يقوم بها الشخص من مسؤوليات وواجبات وفقاً للمعدل المفروض اداؤه من العامل الكف المدرب.(أبو النصر ، مدحت، ٢٠٠٨، ٧٤)

خامساً : تساؤلات الدراسة:

تسعى هذه الدراسة إلى الاجابة على التساؤلات التالية:

- ١- ما مستوى الضغوط النفسية لدى الزوجات العاملات؟
- ٢- ما مستوى الأداء المهني لدى الزوجات العاملات ؟
- ٣- هل توجد فروق ذات دلالة احصائية عند مستوى الدلالة ($a = 0.05$) في الضغوط النفسية لدى الزوجات العاملات تعزى لمتغيرات (السن - المؤهل الدراسي - الدرجة الوظيفية - عدد سنوات الخبرة) ؟
- ٤- هل توجد فروق ذات دلالة احصائية عند مستوى الدلالة ($a = 0.05$) في جودة الأداء المهني لدى الزوجات العاملات تعزى لمتغيرات (السن - المؤهل الدراسي - الدرجة الوظيفية - عدد سنوات الخبرة) ؟
- ٥- هل توجد فروق ذات دلالة احصائية عند مستوى الدلالة ($a = 0.05$) بين ابعاد الضغوط النفسية وجودة الاداء المهني لدى الزوجات العاملات ؟

سادساً : الإجراءات المنهجية للدراسة :

• نوع الدراسة والمنهج المستخدم

تنتمي هذه الدراسة إلى أنماط الدراسات الوصفية التحليلية حيث تسعى إلى وصف وتحليل طبيعة العلاقة الارتباطية بين متغيرين هامين أحدهما نفسى ويتمثل في الضغوط النفسية ، ومتغير آخر وهو الأداء المهني للزوجات العاملات ، وقد اعتمد الباحث على منهج المسح الاجتماعي بطريقة العينة.

• أدوات الدراسة

اعتمدت الدراسة على الأدوات التاليتين:

- ١ - مقياس الضغوط النفسية: (إعداد الباحث) :

يهدف هذا المقياس إلى قياس وتحديد مستوى الضغوط النفسية لدى الزوجات العاملات ، وقد تم تصميم هذا المقياس وفقا للمراحل والخطوات التالية :

- قام الباحث في البداية بمراجعة العديد من الكتابات والادبيات النظرية والدراسات العلمية التي تناولت الضغوط النفسية في كل من علم النفس والخدمة الاجتماعية بوجه خاص، وكذلك الدراسات التي تناولت الضغوط وبناء على ذلك أمكن تحديد خمسة ابعاد للضغوط النفسية لدى الزوجات العاملات والتي مثلت بدورها أبعاد المقياس الحالي وهي:

(أ) الضغوط الشخصية

(ب) الضغوط الاسرية

(ج) ضغوط العلاقات الاجتماعية

(د) الضغوط الصحية

(هـ) ضغوط العمل

- اشتملت المرحلة التالية على وضع تعريف محدد لكل بعد من الابعاد الخمسة يوضح المعنى المقصود به في الدراسة الحالية ثم صياغة العبارات التي تكون هذه الأبعاد وقد بلغ إجمالي عدد هذه العبارات (٣٠) عبارة بواقع (٦) عبارات لكل بُعد

- حدد الباحث طريقة حساب الضغوط النفسية للأخصائي الاجتماعي على المقياس من خلال مؤشرات متدرجة خماسية المدى وهي (تتطبق تماما - تتطبق - تتطبق إلى حد ما - لا تتطبق - لا تتطبق على الاطلاق) بحيث تأخذ هذه الاستجابات الدرجات التالية على الترتيب (٥ ، ٤ ، ٣ ، ٢، ١) وذلك بالنسبة للعبارات الإيجابية والعكس بالنسبة للعبارات السلبية ، ومن ثم فقد تراوحت الدرجة الأدنى والعظمى للمقياس ما بين (٣٠ - ١٥٠) درجة

مجلة الخدمة الاجتماعية

- تم التحقق من صدق وثبات هذا المقياس من خلال الطرق التالية:

(أ) **الصدق الظاهري:** قام الباحث بعرض المقياس على سبعة محكمين من المتخصصين في الخدمة الاجتماعية ، وبناء على آراء المحكمين تم إجراء بعض التعديلات على المقياس حيث تم تعديل الصياغة اللغوية لعدد أربعة عبارات فقط ؛ بينما حصلت بقية عبارات المقياس على نسبة اتفاق مرتفعة بين المحكمين

(ب) **التجانس الداخلي:** تم التحقق من التجانس الداخلي للمقياس وذلك من خلال تطبيقه على عينة قوامها (١٥) زوجة عاملة (خارج نطاق عينة الدراسة)، ثم حساب معامل الارتباط بطريقة بيرسون لإيجاد درجة الارتباط بين كل عبارة من عبارات المقياس والبعد الذي تنتمي إليه، وقد جاءت نتائج ودلالات الارتباط على النحو التالي:

جدول رقم (١) يوضح نتائج ودلالات معاملات الارتباط بين عبارات مقياس الضغوط النفسية لدى

الزوجات العاملات والبعد الذي تنتمي إليه

رقم العبارة	معامل ارتباط	مستوى الدلالة	رقم العبارة	معامل ارتباط	مستوى الدلالة	رقم العبارة	معامل ارتباط	مستوى الدلالة
1	0.68	0.01	11	0.69	0.01	21	0.78	0.01
2	0.69	0.05	12	0.72	0.01	22	0.77	0.05
3	0.71	0.01	13	0.83	0.01	23	0.81	0.01
4	0.77	0.01	14	0.76	0.01	24	0.78	0.01
5	0.82	0.05	15	0.66	0.05	25	0.82	0.01
6	0.66	0.01	16	0.72	0.01	26	0.55	0.01
7	0.74	0.01	17	0.68	0.01	27	0.81	0.05
8	0.72	0.01	18	0.87	0.01	28	0.68	0.01
9	0.58	0.01	19	0.77	0.05	29	0.74	0.01
10	0.74	0.01	20	0.81	0.01	30	0.83	0.05

يتضح من بيانات الجدول السابق أن قيم معاملات الارتباط بين كل عبارة من عبارات مقياس الضغوط النفسية لدى الزوجات العاملات والبعد الذي تنتمي إليه قد تراوحت ما بين (٠.٥٥، ٠.٨٧)، وقد جاءت جميع هذه القيم دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة المتعارف

مجلة الخدمة الاجتماعية

عليها (٠.٠٥، ٠.٠١) مما يشير إلى تجانس عبارات وابعاد المقياس، ومن ثم صلاحية استخدامه في قياس وتحديد مستوى الضغوط النفسية لدى المبحوثين

(ج) **ثبات المقياس:** للتحقق من ثبات المقياس استخدم الباحث طريقة التجزئة النصفية وذلك من خلال حساب معامل الارتباط بين درجات العبارات الفردية والعبارات الزوجية للعينة السابقة، ويوضح الجدول التالي نتائج معاملات الثبات ودلالاتها الإحصائية.

جدول رقم (٢) يوضح نتائج معاملات الثبات ودلالاتها الإحصائية على أبعاد مقياس الضغوط النفسية لدى الزوجات العاملات

م	أبعاد المقياس	معامل الثبات	مستوى الدلالة
1	الضغوط الشخصية	0.86	0.01
2	الضغوط الاسرية	0.77	0.01
3	ضغوط العلاقات الاجتماعية	0.81	0.01
4	الضغوط الصحية	0.89	0.01
5	ضغوط العمل	0.79	0.01
المقياس الكلي		0.84	0.01

تشير معطيات الجدول السابق إلى أن قيمة معامل الثبات لمقياس الضغوط النفسية لدى الزوجات العاملات قد بلغت (٠.٨٤) وقد تراوحت هذه القيم على الابعاد الخمسة المكونة للمقياس ما بين (٠.٧٧، ٠.٨٦)، وقد جاءت جميع هذه القيم دالة إحصائياً عند مستوى معنوية (٠.٠١) مما يؤكد على أن عذا المقياس يتسم بدرجة عالي من الثبات والتي يؤكد على إمكانية تطبيقه على مفردات عينة الدراسة

- بعد وضع المقياس في صورته النهائية، حيث احتوى بجانب البيانات الأولية للاخصائين الاجتماعيين على أبعاد القياس الخمسة الرئيسية والتي تكون كل بعد منهما ممايلي :

مجلة الخدمة الاجتماعية

- أ- بعد الضغوط النفسية : ويتضمن العبارات أرقام (١ ، ٦ ، ١١ ، ١٦ ، ٢١ ، ٢٦ ،)
- ب- بعد الضغوط الاسرية : ويتضمن العبارات أرقام (٢ ، ٧ ، ١٢ ، ١٧ ، ٢٢ ، ٢٧ ،)
- ت- بعد ضغوط العلاقات الاجتماعية : ويتضمن العبارات أرقام (٣ ، ٨ ، ١٣ ، ١٨ ، ٢٣ ، ٢٨ ،)
- ث- بعد الضغوط الصحية : ويتضمن العبارات أرقام (٤ ، ٩ ، ١٤ ، ١٩ ، ٢٤ ، ٢٩ ،)
- ج- بعد ضغوط العمل : ويتضمن العبارات أرقام (٥ ، ١٠ ، ١٥ ، ٢٠ ، ٢٥ ، ٣٠)

- وقد تم تحديد مستويات الضغوط النفسية لدى الزوجات العاملات عينة الدارسة من خلال الجدول التالي :

جدول رقم (٣) يوضح مستويات الضغوط النفسية لدى الزوجات العاملات

م	درجة البعد الواحد		الدرجة الكلية للمقياس		مستوى الضغوط
	من	إلى	من	إلى	
1	5	13	25	65	ضعيف
2	14	22	66	110	متوسط
3	23	30	111	150	مرتفع

٢ - مقياس الاداء المهني لدى الزوجات العاملات (إعداد الباحث):

يهدف هذا المقياس إلى قياس وتحديد درجة الاداء المهني لدى الزوجات العاملات ، ويتكون هذا المقياس من ثلاث أبعاد أساسية وهي

(أ) البعد الشخصي للأداء المهني

مجلة الخدمة الاجتماعية

(ب) البعد الفني للأداء المهني

(ج) البعد الإداري للأداء المهني

- وقد تم صياغة جميع العبارات بصورة إيجابية، ويتم الإجابة على هذه المفردات من خلال مؤشرات متدرجة ثلاثية المدى وهي (نعم - إلى حد ما - لا) وتأخذ هذه الاستجابات الدرجات التالية على الترتيب (٣، ٢، ١)

- قام الباحث بالتحقق من صدق وثبات هذا المقياس من خلال الطرق التالية

(أ) الصدق الظاهري: تم عرض المقياس على نفس المحكمين للمقياس الأول وقد أسفرت نتائج التحكيم عن تعديل الصياغة اللغوية فقط لعدد سبع عبارات، وحذف عبارة واحدة واستبدالها بعبارة أخرى.

(ب) التجانس الداخلي: تم التحقق من التجانس الداخلي للمقياس وذلك من خلال تطبيقه على عينة قوامها (١٨) زوجة عاملة خارج عينة الدراسة الأساسية، ثم حساب درجة الارتباط بين كل عبارة والبعد الذي تنتمي إليه، وقد جاءت النتائج كما يوضحها الجدول التالي:

جدول رقم (٤) يوضح نتائج ودلالات معاملات الارتباط بين عبارات مقياس الاداء المهني لدى

الزوجات العاملات

رقم عبارة	معامل ارتباط	مستوى الدلالة	رقم عبارة	معامل ارتباط	مستوى الدلالة	رقم عبارة	معامل ارتباط	مستوى الدلالة
1	0.79	0.01	16	0.68	0.01	31	0.72	0.01
2	0.72	0.01	17	0.72	0.01	32	0.79	0.01
3	0.83	0.05	18	0.59	0.05	33	0.81	0.01
4	0.78	0.01	19	0.74	0.01	34	0.54	0.05
5	0.73	0.01	20	0.75	0.05	35	0.66	0.01
6	0.71	0.01	21	0.81	0.01	36	0.78	0.01
7	0.57	0.05	22	0.64	0.01	37	0.65	0.01
8	0.72	0.01	23	0.69	0.01	38	0.71	0.05
9	0.82	0.05	24	0.77	0.01	39	0.75	0.01
10	0.77	0.01	25	0.78	0.01	40	0.83	0.01

مجلة الخدمة الاجتماعية

11	0.66	0.01	26	0.87	0.05	41	0.67	0.05
12	0.72	0.01	27	0.81	0.01	42	0.59	0.01
13	0.81	0.05	28	0.69	0.01	43	0.79	0.01
14	0.67	0.01	29	0.81	0.01	44	0.58	0.05
15	0.81	0.01	30	0.74	0.01	45	0.78	0.01

تشير بيانات الجدول السابق أن قيم معاملات الارتباط بين العبارات المكونة لمقياس الأداء المهني لدى الزوجات العاملات والبعد الذي تنتمي إليه كل عبارة من تلك العبارات قد تراوحت ما بين (٠.٥٤ ، ٠.٨٧)، وقد جاءت جميع هذه القيم دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة المتعارف عليها (٠.٠٥ ، ٠.٠١) مما يؤكد على وجود تجانس داخلي بين جميع العبارات الأساسية والفرعية المكونة للمقياس

(ج) ثبات المقياس: تم التحقق من ثبات المقياس بنفس الطريقة التي استخدمت في المقياس الأول وهي طريقة التجزئة النصفية وقد جاءت النتائج على النحو التالي:

جدول رقم (٥) يوضح نتائج معاملات الثبات ودلالاتها الإحصائية على أبعاد مقياس

الاداء المهني لدى الزوجات العاملات

م	أبعاد المقياس	معامل الثبات	مستوى الدلالة
1	البعد الشخصي للأداء المهني	0.69	0.01
2	البعد الفني للأداء المهني	0.72	0.01
3	البعد الإداري للأداء المهني	0.78	0.01
المقياس الكلي		0.74	0.01

يتضح من الجدول السابق ان قيمة معامل الثبات لكل بعد من ابعاد مقياس الأداء المهني لدى الزوجات العاملات (٠.٧٤) قد بلغت على الترتيب (٠.٦٩ ، ٠.٧٢ ، ٠.٧٨) ؛ وقد بلغت قيمة معامل الثبات للمقياس ككل (٠.٧٤) وجاءت جميع هذه القيم دالة إحصائياً عند مستوى معنوية (٠.٠١) مما يؤكد على ان المقياس يتمتع بدرجة مناسبة من الثبات

- وحيث ان هذا المقياس لم يحدد درجة جودة الأداء المهني لدى لدى الزوجات العاملات فقد قام الباحث بتحديد طريق حساب هذه الدرجة وذلك على النحو هذا وذلك كالتالي :

مجلة الخدمة الاجتماعية

جدول رقم (٦) يوضح درجة جودة الأداء المهني لدى الزوجات العاملات

م	درجة البعد الواحد		الدرجة الكلية للمقياس		مستوى الأداء
	من	إلى	من	إلى	
1	15	24	45	74	ضعيف
2	25	34	75	104	متوسط
3	35	45	105	135	مرتفع

سابعاً : مجالات الدراسة:

- ١ - **المجال المكاني**: طبقت هذه الدراسة على عينة من الزوجات العاملات في الجمعيات بإدارة التضامن الاجتماعي بمركز فاقوس بمحافظة الشرقية
- ٢ - **المجال البشري**: طبقت هذه الدراسة على عينة قوامها (١٤٦) زوجة عاملة والذين قاموا باستيفاء البنود الخاصة بمقياسي الدراسة ، وفيما يلي عرض للخصائص التي تتسم بها عينة الدراسة

جدول رقم (٧) يوضح خصائص عينة الدراسة من الزوجات العاملات

البيان الرئيسي	البيان الفرعي	التقدير	
		العدد	النسبة
السن	- أقل من ٣٠ سنة	24	16.66 %
	- من ٣٠ إلى أقل من ٤٠ سنة	67	46.52 %
	- من ٤٠ إلى أقل من ٥٠ سنة	35	24.30 %
	- من ٥٠ إلى أقل من ٦٠ سنة	18	12.50 %
المؤهل الدراسي	- بكالوريوس خدمة اجتماعية	104	67.15 %
	- ليسانس آداب اجتماع	26	67.15 %
	- دبلوم دراسات عليا	4	67.15 %
	- ماجستير	6	67.15 %
الدرجة الوظيفية	- أخصائي اول	15	10.41 %

مجلة الخدمة الاجتماعية

عدد سنوات الخبرة	-أخصائي ثاني	77	53.47 %
	- أخصائي ثالث	52	36.11 %
	- أقل من ٥ سنوات	25	67.15 %
	- من ٥ إلى أقل من ١٠ سنوات	52	67.15 %
	- من ١٠ إلى أقل من ١٥ سنة	34	67.15 %
	- من ١٥ إلى أقل من ٢٠ سنة	19	67.15 %
	- من ٢٠ سنة فأكثر	14	67.15 %

أوضحت نتائج الجدول السابق أن غالبية الزوجات العاملات عينة الدراسة من من حيث السن كانت اعلى نسبة وقدرها (40.26%) ممن تتراوح أعمارهم ما بين ٤٠ إلى أقل من ٥٠ سنة ، و أقل نسبة وقدرها (6.25%) لمن تقل أعمارهم عن ٣٠ سنة ، وبالنسبة لنتائج المتغير الخاص بالمؤهل الدراسي تشير النتائج إلى ان أعلى نسبة وقدرها (40.26%) من الحاصلين على درجة البكالوريوس في الخدمة الاجتماعية، وفي الترتيب الخامس والاخير جاءت نسبة (6.25%) للحاصلين على درجة الماجستير. كما اشارت بيانات الجدول ان الغالبية العظمى من مفردات العينة والتي مثلت نسبة (53.47%) يحتلون وظيفة أخصائي اجتماعي ثاني واخيراً أشارت نتائج الجدول إلى ان أعلى نسبة من مفردات العينة وقدرها (37.50%) لديهم خبرة مهنية تزيد عن ٢٠ عام ، ، وكانت أقل نسبة وقدرها (3.12%) للذين تقل مدة خبرتهم عن ٥ سنوات

٣ - المجال الزمني :

استغرقت هذه الدراسة في التطبيق العملي فترة تتراوح ثلاثة أشهر ونصف خلال الفترة من ٧ ابريل ٢٠٢٥ حتى ٢٣ يوليو ٢٠٢٥ .

ثامناً : نتائج الدراسة :

(١) الإجابة على التساؤل الأول:

تتضح الإجابة على التساؤل الأول والذي مؤداه: ما مستوى الضغوط النفسية الزوجات العاملات ؟ " من خلال نتائج الجدول التالي :

جدول رقم (٨) يوضح مستوى الضغوط النفسية الزوجات العاملات

N	Scale dimensions	M	S D	Level	Ranking
1	الضغوط الشخصية	3.42	2.007	High	3
2	الضغوط الصحية	2.68	2.143	Average	5
3	ضغوط العلاقات الاجتماعية	2.96	1.884	Average	4
4	الضغوط الاسرية	3.87	1.976	High	1
5	ضغوط العمل	3.55	2.163	High	2
	مجموع الضغوط النفسية	3.29	1.402	High	

يتضح من الجدول السابق الى أن مستوى الضغوط النفسية لدى الزوجات العاملات من وجهة نظر عينة الدراسة جاءت كالآتي :

بلغت قيمة المتوسط الحسابي لاستجابات الزوجات العاملات على ابعاد المقياس ككل (٣.٢٩) وانحراف معياري (١.٤٠٢) وهذا ما يؤكد وجود ضغوط نفسية لدى الزوجات العاملات ، حيث جاء الترتيب الأول بعد الضغوط الاسرية حيث حصل على متوسط حسابي وقدره (٣.٨٧) وانحراف معياري (١.٩٧٦) ، بينما جاء في الترتيب الثاني البعد الخاص بضغط العمل بمتوسط حسابي قدره (٣.٥٥) وانحراف معياري (٢.١٦٣) ، بينما حصل بعد الضغوط الشخصية على الترتيب الثالث بمتوسط حسابي قدره (٣.٤٢) وانحراف معياري (٢.٠٠٧) ، وجاء البعد الخاص بضغط العلاقات الاجتماعية في الترتيب الرابع بمتوسط حسابي قدره (٢.٩٦) وانحراف معياري (١.٨٨٤) ، ثم جاء في

مجلة الخدمة الاجتماعية

الترتيب الخامس والأخير البعد الخاص بالضغوط الصحية بمتوسط حسابي قدره (٢.٦٨) وانحراف معياري (٢.١٤٣) .

(٢) الإجابة على التساؤل الثاني:

تتضح الإجابة على التساؤل الأول والذي مؤداه: ما مستوى الاداء المهني لدى الزوجات العاملات ؟ " من خلال نتائج الجدول التالي:

جدول رقم (٩) يوضح مستوى الاداء المهني لدى الزوجات العاملات

N	Scale dimensions	M	S D	Level	Ranking
1	البعد الشخصي للأداء المهني	1.52	2.408	low	2
2	البعد الفني للأداء المهني	1.47	2.066	low	3
3	البعد الإداري للأداء المهني	2.08	1.758	average	1
	ابعاد الأداء المهني	1.69	1.946	low	

وجاءت نتائج الجدول السابق كالاتي :

أن استجابات (عينة الدراسة) على ابعاد مقياس الأداء المهني حيث بلغ متوسطها الحسابي (١.٦٩) بانحراف معياري قدره (١.٩٤٦) ، ويشير ذلك الى أن مستوى الاداء المهني لدى الزوجات العاملات ضعيفاً ، حيث حصل على الترتيب الأول البعد الإداري للأداء المهني بمتوسط حسابي (٢.٠٨) وانحراف معياري (١.٧٥٨) ، ثم يليها في الترتيب الثاني البعد الشخصي للأداء المهني بمتوسط حسابي قدره (١.٥٢) وانحراف معياري (٢.٤٠٨) ، ثم يليها البعد الفني للأداء المهني في الترتيب الثالث والأخير بمتوسط حسابي قدره (١.٤٧) وانحراف معياري (٢.٠٦٦) .

(٣) الإجابة على التساؤل الثالث:

مجلة الخدمة الاجتماعية

تتضح الإجابة على التساؤل الثالث والذي مؤداه: هل توجد فروق ذات دلالة احصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha = 0.05$) في الضغوط النفسية لدى لدى الزوجات العاملات تعزى لمتغيرات (السن المؤهل الدراسي- الدرجة الوظيفية - عدد سنوات الخبرة) ؟ " من خلال نتائج الجدول التالي :

جدول (١٠) يوضح معاملات الارتباط والدلالة الإحصائية بين الضغوط النفسية وبعض الخصائص الديموغرافية لدى الزوجات العاملات

N	Demographic Variables	مستوى الضغوط النفسية		
		Coefficient Applied	Value and Significance	Degrees of Freedom
1	السن	Spearman	0.074	
2	المؤهل الدراسي	Pearson Chi-Square	54.236	df = 52
3	الدرجة الوظيفية	Gamma	0.165	
4	عدد سنوات الخبرة	Spearman	0.092	

* Correlation is significant at the 0.05 level

** Correlation is significant at the 0.01 level

جاءت بيانات الجدول السابق الى وجود علاقة إيجابية بين الضغوط النفسية والسن لدى الزوجات العاملات ، حيث بلغت قيمة معامل الارتباط بينهما (٠.٠٧٤) وهي قيمة دالة احصائيا عند مستوى معنوية (٠.٠١) ، كما توضح بيانات الجدول السابق عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الضغوط النفسية وكل من (المؤهل الدراسي- الدرجة

مجلة الخدمة الاجتماعية

الوظيفية - عدد سنوات الخبرة) ، وهذا يعني أن مستوى الضغوط النفسية تختلف باختلاف سن الزوجات العاملات ، ولا يختلف وفقا للخصائص الديموغرافية الاخرى .

(٤) الإجابة على التساؤل الرابع:

تتضح الإجابة على التساؤل الرابع والذي مؤداه: هل توجد فروق ذات دلالة احصائية عند مستوى الدلالة ($a = 0.05$) في الأداء المهني للزوجات العاملات تعزى لمتغيرات (السن- المؤهل الدراسي- الدرجة الوظيفية - عدد سنوات الخبرة) ؟ من خلال نتائج الجدول التالي :

جدول (١١) يوضح معاملات الارتباط والدلالة الإحصائية بين الأداء المهني وبعض الخصائص الديموغرافية لدى الزوجات العاملات

N	Demographic Variables	الأداء المهني		
		Coefficient Applied	Value and significance	Degrees Freedom
1	النوع	Pearson Chi-Square	86.268**	df = 54
2	السن	Spearman	0.076	
3	الحالة الاجتماعية	Pearson Chi-Square	0.088	
4	المؤهل الدراسي	Pearson Chi-Square	34.168	df = 54
5	الدرجة الوظيفية	Gamma	0.077	
6	عدد سنوات الخبرة	Spearman	0.992	

مجلة الخدمة الاجتماعية

يتضح من الجدول السابق وجود فروق دالة إحصائياً بين الأداء المهني والنوع لدى الزوجات العاملات حيث بلغت قيمة معامل الارتباط بينهما (٨٦.٢٦٨) وهي قيمة دالة إحصائياً عند مستوى معنوية (0.05) ، وعلى العكس من ذلك اكدت بيانات الجدول عدم وجود علاقة بين الأداء المهني وكل من (السن- المؤهل الدراسي - الدرجة الوظيفية - عدد سنوات الخبرة) ، وهذا يعني أن الأداء المهني للزوجات العاملات يتأثر بمتغير النوع بينما لا يتأثر باي من الخصائص والمتغيرات الديموغرافية السابق ذكرها لدى الزوجات العاملات .

(٥) الإجابة على التساؤل الخامس:

تتضح الإجابة على التساؤل الخامس والذي مؤداه: هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (a = 0.05) بين ابعاد الضغوط النفسية والاداء المهني للزوجات العاملات ؟

" من خلال نتائج الجدول التالي :

جدول رقم (١٢) العلاقة بين الضغوط النفسية ومستوى الأداء المهني للزوجات العاملات

N	Source of contrast	البعد الشخصي للأداء المهني	البعد الفني لأداء المهني	البعد الإداري لأداء المهني	مستوى الأداء المهني
1	الضغوط الشخصية	- 0.366*	-0.438**	- 0.298*	- 0.257*
2	الضغوط الاسرية	- 0.267*	0.076	- 0.354*	- 0.276*
3	ضغوط العلاقات الاجتماعية	- 0.404**	- 0.303	- 0.287*	0.064
4	الضغوط الصحية	- 0.186*	- 0.606*	- 0.394*	- 0.276*
5	ضغوط العمل	- 0.333**	- 0.475*	- 0.367	- 0.633*

مجلة الخدمة الاجتماعية

مجموع الضغوط النفسية	- 0.204*	- 0.354*	- 0.166*	- 0.228*
----------------------	----------	----------	----------	----------

* Correlation is significant at the 0.05 level

** Correlation is significant at the 0.01 level

أسفرت نتائج الجدول السابق عن وجود علاقة دالة احصائيا عند مستوى معنوية (0.05) بين الضغوط النفسية والأداء المهني لدى الزوجات العاملات بشكل عام ، حيث بلغت قيمة معامل الارتباط بينهما (-0.228) وهى قيمة ذات اتجاه سلبي أي ان طبيعة العلاقة بين المتغيرين طردية فكلما زاد مستوى الضغوط النفسية للزوجات العاملات كلما انخفض مستوى جودة أدائه المهني في عمله ، كما تشير بيانات الجدول الى وجود علاقة إيجابية دالة احصائيا بين جميع ابعاد الضغوط النفسية والأداء المهني ، حيث بلغت العلاقة بين ضغوط العلاقات الاجتماعية والأداء المهني إلى قيمة معامل الارتباط بينهما (0.064) وهى قيمة دالة احصائيا عند مستوى معنوية (0.01) وتعتبر بذلك اقوى علاقة ، بينما كانت اضعف علاقة تتمثل في الضغوط الشخصية وعلاقتها بالأداء المهني حيث بلغت قيمة معامل الارتباط بينهما (-0.257) وهى قيمة دالة احصائيا عند مستوى معنوية (0.05) .

المراجع العربية :

- آمال مقدم (٢٠٢١) . استراتيجيات المواجهة وعلاقتها بإدارة الضغوط المهنية لدى أساتذة التعليم الابتدائي في ظل جائحة كورونا . مجلة ربحان للنشر العلمي . العدد الثاني عشر . جامعة خميس مليانة عين الدفلى . الجزائر .
- اسماعيل ، على (٢٠٢٠) . الضغوط النفسية . دار المعرفة الجامعية . القاهرة .
- الجندي، أمينة ، مكاري ، نبيلة (٢٠٠٧) . الضغوط النفسية كما يدركها المعلمون فى المرحلة الثانوية . المجلة المصرية للدراسات النفسية . العدد الخامس والخمسون . المجلد السابع عشر .

مجلة الخدمة الاجتماعية

- الحداد، عماد (٢٠١١). كيف تتغلب على الضغوط النفسية في العمل . المكتب الجامعي الحديث . الاسكندرية .
- الشرقاوي، فتحي مصطفى؛ كمال الدين، منى محمد؛ الكفراوي، سالي محمود سعد الدين . (2016). الضغوط المهنية وعلاقتها بالتوافق النفسي والمهنية لدى المرأة العاملة في مهن مختلفة . دراسة سيكولوجية مقارنة . مجلة العلوم البيئية . المجلد 30 . العدد 2 . معهد الدراسات البيئية . جامعة عين شمس .
- الصياد، إيناس أحمد . (2018) . ضغوط الحياة اليومية والمرأة العاملة . دراسة ميدانية على عينة من المرأة العاملة بجامعة كفر الشيخ . مجلة جامعة كفر الشيخ للدراسات الاجتماعية .
<https://doi.org/10.21608/aafu.2018.45165>
- الغريز ، أحمد (٢٠١٣) . التعامل مع الضغوط النفسية . دار المعرفة . القاهرة .
- الكفراوي، سالي محمود سعد الدين (٢٠١٧) . الضغوط المهنية وعلاقتها بالتوافق النفسي لدى المرأة العاملة . رسالة ماجستير . جامعة عين شمس .
- حسونة، عزة سيد نصر . (2021) . الضغوط الوظيفية وتأثيرها على الأداء المهني لدى المرأة : دراسة سوسولوجية على عينة من المعلمات بالمرحلة الثانوية بمحافظة الدقهلية . مجلة الدراسات الإنسانية والأدبية . (2) 25 .
<https://doi.org/10.21608/shak.2021.209604>
- خليل، ناهد محمد . (2021) . الضغوط الوظيفية وتأثيرها على الأمراض العضوية عند المرأة العاملة . المجلة المصرية للعلوم الاجتماعية، (99) 46 ، 357-309
<https://doi.org/10.21608/artzag.2022.111346.1087>
- سعدو، سامية عبد الله . (2015) . العلاقة بين الضغط المهني والمساندة الاجتماعية لدى المرأة العاملة . المجلة الدولية للبحوث والدراسات . (JILRC)
- غانم ، محمد (٢٠١١) . مواجهة الضغوط النفسية ، القاهرة ، دار ميم للنشر والتوزيع .
- عبد الرازق، فاطمة محمد هاشم عبد العزيز . (2007) . ضغوط الحياة وعلاقتها بالتوافق المهني : دراسة مقارنة بين المرأة العاملة في المجال الأكاديمي والمجال الإداري . رسالة ماجستير ، جامعة عين شمس
<https://research.asu.edu.eg/handle/123456789/172896>

عمار، هبة محمد أحمد (2024). الضغوط الحياتية الاجتماعية لدى المرأة العاملة وعلاقتها بجودة الحياة الزوجية من منظور نموذج الحياة في خدمة الفرد. مجلة الخدمة الاجتماعية - جامعة أسيوط <https://doi.org/10.21608/aial.2024.300505.1645>

عبيد ، ماجدة (٢٠٠٨) . الضغط النفسي وأثره على الصحة النفسية . الأردن . دار صفاء للنشر والتوزيع .

كامل ، على محمد (٢٠١٤) . الضغوط النفسية ومواجهتها . القاهرة . دار ابن سينا للنشر والتوزيع .

مصطفى على خلف (٢٠٢١) . المشكلات النفسية المترتبة على فيروس كورونا المستجد وعلاقتها بضغوط التعلم والتقييم الإلكتروني ، مجلة الدراسات التربوية والنفسية ، المجلد الخامس عشر ، العدد الثاني ، جامعة السلطان قابوس .

نعامة ، سليم (٢٠١٨) . الضغوط المهنية وعلاقتها بالأداء الوظيفي (دراسة ميدانية لدى الموظفين في مكتبة الأسد الوطنية بدمشق) . كلية الاداب للعلوم الانسانية . جامعة دمشق . سوريا .
المراجع الاجنبية :

Ari, H. O. (2025). Determining the relationship between work stress and job performance. *Journal of Occupational Health Psychology*, 30(2), 115–128. Retrieved from <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/>

Chandrasekaran, S. (2025). A study of working women in private and public sectors: Stressors and job performance. *Frontiers in Global Women's Health*. Retrieved from <https://www.frontiersin.org/>

IUJHarkhand Journal. (2020). Assessment of women's occupational stress and its effect on job performance. *IUJHarkhand Journal of Management Studies*, 8(1), 45–55. Retrieved from <https://iujharkhand.edu.in/>

Khan, F. (2024). The experiences of work–life balance, job performance and stress among married working women in private academic institutions. *International Journal of Business & Management*. Retrieved from <https://www.inderscienceonline.com/>

Muis, M., Yusuf, M., & Nurhayati, N. (2021). The effect of multiple role conflicts and work stress on employee performance. *Journal of Business and Management Research*, 12(3), 55–67. Retrieved from <https://www.sciencedirect.com/>

Reddy, N. K. (2010). Work–life balance among married women employees. Retrieved from <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/>

ResearchGate. (2018). Work–family conflict and career development on performance of married women employees. Retrieved from <https://www.researchgate.net/>

Saulat, A. (2019). An exploratory study of married working women: Work–life balance problems and solutions. *Pakistan Journal of Social Sciences*, 39(2), 377–388. Retrieved from <https://www.researchgate.net/>

SciPub. (2010). Occupational stress and family difficulties of working women. *Scientific Publications Journal*. Retrieved from <https://www.scipub.com/>

Sinha, S. (2017). Multiple roles of working women and psychological well–being. Retrieved from <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/>